

VU Research Portal

Ajax kan dankzij mobiel lab net zo werken als op De Toekomst

Langendorff, G.; Stevens, T.G.A.

published in
Eindhovens Dagblad
2014

[Link to publication in VU Research Portal](#)

citation for published version (APA)

Langendorff, G., & Stevens, T. G. A. (2014). Ajax kan dankzij mobiel lab net zo werken als op De Toekomst. *Eindhovens Dagblad*, 46-47.

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal ?

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

E-mail address:
vuresearchportal.ub@vu.nl

Ajax kan dankzij mobiel lab

door **Geert Langendorff**

DE LUTTE - Een zwarte rolkoffer met de strepen van de kleding-sponsor op de zijkant zorgt voor opwinding in de dug-out. Als een doorgeschoten bal het ogenschijnlijk onpraktische en weinig stijlvolle ding dreigt te raken, trekt een staflid van Ajax een sprintje om een botsing te voorkomen. De lichte paniek laat zich eenvoudig verklaren. In de trolley zit een geavanceerd apparaat verscholen, waarmee de voorbereiding naar een hoger plan wordt getild.

Na afloop van een zware oefensessie melden de spelers zich drupelsgewijs bij de dug-out. Eén voor één laten ze een groene schijf uit een ondershirt halen. De fiches zijn zendertjes die talloze gegevens in een fractie van een seconde versturen. Op een laptop of een tablet kunnen trainer

Frank de Boer en zijn assistenten de uitwerking daarvan zien.

Ajax mag zich in ruraal Overijssel bevinden om zich voor te bereiden op het nieuwe seizoen, dankzij deze technologie kan de landskampioen net zo werken als op trainingscomplex De Toekomst. Op het veld van SV De Lutte wordt binnen een kwartier een mini-laboratorium opgezet. Met dank aan het mobiele meetinstrument kan uiterst nauwkeurig de belasting en de fysieke staat van de selectie worden bepaald.

„We krijgen de hartslag en positiegerelateerde data binnen”, ver-

► **Apparatuur meet uiterst nauwkeurig de belasting en de fysieke staat van de spelers**

telt Tom Stevens, *embedded scientist* bij Ajax. „De afstand, hoeveel meter boven een bepaalde snelheid wordt afgelegd. Je kan het in zoveel zones opdelen als je zelf wilt.” Uit deze gegevens kan onder meer eenvoudig worden geïnterpreteerd hoe snel een speler herstelt van een inspanning.

„Op De Toekomst werken we met een vergelijkbaar systeem”, verklaart Stevens. „Dat gebruiken we nu een jaar of drie. Daarmee kunnen we exact hetzelfde meten, maar beschikken we ook nog over camerabeelden en zijn de relatieve posities - de afstanden tussen spelers - in kaart te brengen.” Aan dergelijke snuffjes, handig tijdens tactische trainingen, heeft Ajax in De Lutte minder behoefte. De installatie in Amsterdam hielp De Boer zijn oefenstof beter in te schalen. Stevens: „Vooral in het begin bewees die zijn waarde.

net zo werken als op De Toekomst

Dan zagen we dat een afwerkvorm inspannender was dan een partijtje. Dat had niet iedereen verwacht.”

In het reguliere seizoen worden de trainers niet meer verrast. „Daarom is het juist interessant om dit tijdens de voorbereiding te gebruiken. Dan doe je andere oefeningen en beginnen niet alle spelers op hetzelfde niveau.” Vooral dat laatste aspect weegt zwaar bij de technische staf. Ze willen de voetballers zo fit mogelijk krijgen, zonder het risico op een spierblessure te vergroten. „Als de groep echt in het ‘rood’ loopt begint te lopen, kun je besluiten het laatste partijtje van de dag te skippen”, geeft Stevens aan.

Hartslag, in duursporten een leidraad, is bij voetbal overigens een mindere zwaarwegende factor dan arbeid. Of een speler in goeden doen verkeert, valt af te lezen



■ Coach Frank de Boer (r) geeft Lucas Andersen instructies. foto VI Images

aan de mate van constantheid. Toont hij een groot verval bij een serie conditieversterkende oefeningen, dan schort er wellicht iets

aan zijn fysieke inhoud. In zo'n geval kan de staf besluiten zo'n voetballer tegen zichzelf in bescherming te nemen. Stevens: „Je

moet zoiets altijd in een context proberen te plaatsen: komt hij terug van een blessure, heeft hij krachttoefeningen gedaan of is er iets anders aan de hand?”

Voetballers kunnen zich niet langer verstoppen. Met een enkele blik op een scherm kan De Boer zien of een speler de kantjes ervan af heeft gelopen, al wordt het systeem niet als controlemiddel gebruikt. Stevens: „Het werkt naar mijn idee niet als je een speler direct afrekent op zijn prestatie, maar het kan wel. Dan kan een coach een speler objectieve gegevens voorhouden en krijg je geen welles-nietes-discussie.”

De belangrijkste reden om de koffer mee te zeulen is: spelers fysiek steeds fitter krijgen. „Je probeert met topsporters de grens op te zoeken, gaat er soms een beetje overheen, maar op zo'n manier dat iedereen blessurevrij blijft.”